

ABSTRACT

Indonesia is undergoing a double burden malnutritions, where the figures underweight and overweight are more experienced the same increase. The prevalence of underweight on school children did not experience a significant decline. It is followed by an increase in the prevalence of overweight. Nutritional status is a condition that can describe the feeding intake of each individual. Factors that can affect the nutritional status of which is energy intake, physical activity, and work time of parents. This study aimed to determine association of parent work time, energy intake and physical activity with nutritional status of primary school children.

The study was observational research with cross-sectional study design. The sample was 66 elementary school students grades 4 and 5 are taken with a simple random sampling method. Data collected includes the measurement of height, weight recall physical activity, food recall 2x24 hours, and questionnaire for parents. Data analysis used univariate and bivariate analysis with pearson correlations.

The results showed the average energy intake was 1696.34 kkal, 65.41 g protein, 64.09 g fat, 214.5 g carbohydrate. Most of the students had normal nutritional status (57.6%), light physical activity (63.6%). Most of the father work was full time (83.34%), most of the mother was no work (39.40%). There were correlation of energy intake ($p=0.003$), protein ($p=0.048$), fat ($p=0.009$), carbohydrate ($p=0.003$), total energy expenditure ($p=0.000$), with nutritional status of students but there were no correlation of paternal work time ($p=0.529$), maternal work time (0.351), physical activity ($p=0.738$) and screen time ($p=0.813$) with nutritional status of students.

Conclusions of the study are the intake energy, protein, fat, carbohydrate, and total energy expenditure related to nutritional status in elementary school child. For parents, especially to working mothers should be able to give more attention and supervision of food consumed by children. The children should reduce the consumption of foods and drinks high energy, high fat and replace with complex carbohydrate-rich foods such as vegetables and fruits. It also can increase the interest of children to perform physical activities such as inviting sports on weekends and monitoring the growth periodically.

Key words: nutritional status, energy intake, parental work time, physical activity

ABSTRAK

Indonesia mengalami masalah gizi ganda dimana angka gizi kurang dan gizi lebih mengalami peningkatan yang sama. Prevalensi masalah gizi kurang pada anak sekolah tidak mengalami penurunan yang signifikan hal tersebut diikuti dengan peningkatan prevalensi gizi lebih. Status gizi adalah kondisi yang dapat menggambarkan asupan makan setiap individu. Faktor yang dapat mempengaruhi status gizi diantaranya adalah asupan energi, aktivitas fisik, dan waktu kerja orang tua. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan waktu kerja orang tua, asupan energi dan aktivitas fisik dengan status gizi siswa sekolah dasar.

Penelitian ini adalah penelitian observasional dengan desain studi crosssectional. Sampel penelitian adalah 66 siswa sekolah dasar kelas 4 dan 5 yang diambil dengan metode simple random sampling. Pengumpulan data meliputi pengukuran tinggi badan, penimbangan berat badan, wawancara recall aktivitas fisik, wawancara recall 2x24 jam dan kuesioner untuk orang tua siswa. analisis data pada penelitian adalah analisis univariat dan bivariate dengan korelasi pearson.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata asupan energi siswa adalah 1696,34 kkal, protein 65,41 g, lemak 64,09 g, karbohidrat 214,5 g. Sebagian besar siswa memiliki status gizi normal (57,6%) dan aktivitas fisik ringan (63,6%). Sebagian besar waktu kerja ayah *full time* (84,8%), sebagian besar ibu tidak bekerja (39,40%). Terdapat hubungan antara asupan energi ($p=0,003$), asupan protein ($p=0,048$), asupan lemak ($p=0,009$), asupan karbohidrat ($p=0,003$), waktu kerja ibu ($p=0,005$), total energi expenditure ($p=0,000$) dengan status gizi siswa namun tidak terdapat hubungan antara waktu kerja ayah ($p=0,529$), waktu kerja ibu ($p=0,351$) tingkat aktivitas fisik ($p=0,738$), screen time ($p=0,813$) dengan status gizi siswa.

Kesimpulan dalam penelitian adalah asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan nilai total energi expenditure berhubungan dengan status gizi pada siswa sekolah dasar. Bagi orang tua siswa terlebih kepada ibu yang bekerja hendaknya dapat memberikan perhatian dan pengawasan lebih terhadap makanan yang dikonsumsi anak. Anak sebaiknya dapat mengurangi konsumsi makanan minuman tinggi energy, tinggi lemak dan mengganti dengan makanan kaya karbohidrat kompleks seperti sayur dan buah. Selain itu juga dapat meningkatkan minat anak untuk melakukan aktivitas fisik seperti mengajak berolahraga pada akhir pekan dan melakukan pemantauan pertumbuhan secara berkala.

Kata kunci: status gizi, asupan energi, waktu kerja orang tua, aktivitas fisik